



Campus Universitário de Almada

Instituto de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Relatório Final de Prática de Ensino Supervisionada

Colégio Campo de Flores, Ano Letivo 2016/2017

Relatório final de Prática de Ensino
Supervisionada apresentado com vista
à obtenção do grau de Mestre em
Ensino de Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário (2º ciclo
de estudos) ao abrigo do Aviso n.º
7255/2015 de 30 de junho de 2015

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional: Professora Doutora Amália Rebolo

Orientador Cooperante: Professor Hugo Amiguiinho

Almada, 2 de Novembro de 2017

DECLARAÇÃO DE AUTENTICIDADE

O presente estudo foi realizado por Ana Catarina Lobão Trábulo do Ciclo de Estudos de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, no ano letivo de 2016/2017.

Os seus autores declaram que:

- (i) Todo o conteúdo das páginas que se seguem é de autoria própria, decorrendo do estudo, investigação e trabalho dos seus autores.
- (ii) Este trabalho, as partes dele, não foi previamente submetido como elemento de avaliação nesta ou em outra instituição de ensino/formação.
- (iii) Foi tomado conhecimento das definições relativas ao regime de avaliação sob o qual este trabalho será avaliado, pelo que se atesta que o mesmo cumpre as orientações que lhe foram impostas.
- (iv) Foi tomado conhecimento de que a versão digital deste trabalho poderá ser utilizada em atividades de deteção eletrónica de plágio, por processos de análise comparativa com outros trabalhos, no presente e/ou no futuro.

Almada, 2 de Novembro de 2017

Assinatura

Ana Catarina Lobão Trábulo
“A motivação para as aulas de Educação Física dos alunos do Ensino Secundário do Colégio Campo de Flores”

***“Educar é crescer. E crescer é viver.
Educação é, assim, vida no sentido mais autêntico da palavra”.***

(Anísio Teixeira)

AGRADECIMENTOS

Ao longo desta etapa que agora se aproxima do final, foram várias as pessoas que se cruzaram no meu caminho e que me ajudaram a crescer tanto a nível pessoal como profissional. Para que a realização deste estudo se tornasse possível, foi necessário e de extrema importância a preciosa compreensão e colaboração de todas as pessoas intervenientes neste percurso. Assim, e a todas elas eu quero agradecer.

Aos meus pais que, apesar das controvérsias da vida, fizeram tudo para que conseguisse chegar até aqui e finalizasse este percurso com o maior sucesso. O meu muito obrigado pelo esforço e dedicação depositado. Espero ser um orgulho para a vossa vida!

À minha irmã que abdicou muitas vezes das suas atividades e projetos particulares para que eu pudesse aplicar-me e participar ao máximo nas actividades que fui desenvolvendo ao longo do meu percurso académico. Vou cá estar quando chegar a tua vez, para fazer exatamente o que fizeste por mim. A ela, o meu muito obrigado!

A Deus por sempre me ter guiado!

Aos meus colegas de estágio, Inês e Ruben, que comigo partilharam um ano letivo repleto de novas aprendizagens. A todos os meus colegas de faculdade com quem me foi possível partilhar este percurso. Obrigada pela vossa amizade e bom ambiente que unia esta turma única. O meu muito obrigado, em especial, ao Ruben, ao Litos e ao Meneses pela vivência de novas experiências, interajuda nos trabalhos de faculdade e todo o companheirismo e amizade.

À Doutora Amália Rebolo, orientadora interna de estágio, por toda a sua disponibilidade, empenho, dedicação, apoio e atenção refletidas nas suas palavras de incentivo com que me orientou nesta investigação. Pelas incansáveis horas a ler e a corrigir este trabalho. Muito obrigada por ter contribuído para um dos grandes objetivos e sonhos de criança.

Ao Professor Luís Silva, Professora Sónia Gonçalves e Professor Pedro Viegas pela incansável ajuda na análise e tratamento de dados do estudo.

Ao meu orientador externo, Professor Hugo Amiguinho, por todo o auxílio durante os oito meses de estágio, por toda a confiança e coragem que sempre depositou em mim e pelo apoio demonstrado durante todo o processo de estágio e investigação. Aos restantes professores do departamento de Educação Física com quem me foi possível trabalhar, Professor Alexandre Pinheiro, Professor Nuno Ferreira, Professor Paulo Carvalho, Professora Cristina Lapa, a vós, um muito obrigado.

A todos os colegas, Professores no Colégio Campo de Flores assim como todos os funcionários que tanto me ajudaram ao longo de um longo ano de trabalho.

Às minhas duas turmas de estágio, 10ºA e 12ºA que nunca esquecerei por todo o trabalho desenvolvido e por sempre me terem respeitado.

A todas os alunos do Colégio, envolvidos neste projecto, que contribuíram para esta investigação e sem as quais não seria possível a realização da mesma.

Ao Colégio Campo de Flores, pela experiência proporcionada e que à medida que os anos avançam me vai proporcionando mais e melhores experiências tanto a nível pessoal como profissional.

Aos que de alguma forma contribuíram para que este Relatório Final fosse uma realidade.

A todos os que mencionei anteriormente,
O meu muito OBRIGADO!

RESUMO

Este relatório tem como objetivo a reflexão do Estágio Pedagógico, integrado no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada. O Estágio Pedagógico foi realizado no Colégio Campo de Flores no ano letivo de 2016/2017, sendo leccionada a disciplina de Educação Física ao 10º e 12º anos de escolaridade.

Todo o percurso realizado representa uma etapa inicial na minha formação pessoal e profissional em que todas as experiências vivenciadas, aprendizagens realizadas e conhecimentos adquiridos permitem-me hoje obter as competências necessárias para o desenvolvimento da prática docente na área da Educação Física. O Relatório Final de Estágio pretende assim englobar toda a descrição e reflexão sobre as actividades desenvolvidas e aprendizagens realizadas durante o estágio pedagógico.

O Estágio Pedagógico foi um processo importante na minha evolução como professora, permitindo assim adquirir uma assimilação de conhecimentos e competências essenciais para a prática educativa de excelência. O sucesso na intervenção pedagógica deveu-se em grande parte aos conselhos e experiências que os professores orientadores me proporcionaram.

O presente estudo teve como objectivo investigar a motivação dos alunos do ensino Secundário para a prática da Educação Física. A amostra foi constituída por alunos de ambos os géneros, com um total de 130 alunos do 10º ao 12º ano.

O instrumento aplicado foi o questionário com versão traduzida de Perceived Locus of Causality Questionnaire (PLOCQ, Lonsdale et al. 2011).

Da análise efetuada constatamos que os alunos apresentam uma motivação individual e própria para prática da Educação Física, tendo em conta que a motivação para a prática não influencia a média final na disciplina.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física; Motivação; Actividade Física; Autodeterminação.

ABSTRACT

This report aims to reflect on the Pedagogical Internship. The internship is integrated in the Master of Physical Education Teaching in primary and high school, of the Higher Institute of Intercultural and Transdisciplinary Studies of Almada. The Pedagogical Internship was held in Campo de Flores College in the academic year of 2016-2017, with the physical education course being taught to the 10th and 12th years.

The entire course represents an initial step in our personal and professional training in which today all the experiences we went through, the acquired apprenticeship and attained knowledge, allow us to present the necessary skills for the development of a teaching practice in the Physical Education field. This way, the Final Internship Report aims to encompass all the description and reflection on the developed activities and attained apprenticeship during the pedagogical internship.

The Pedagogical Internship was an important process in our evolution as teachers, allowing us to acquire an assimilation of knowledge and essential skills for an educational practice of excellence. The success in the pedagogical intervention was mostly due to the advice and experience that the guiding teachers gave us.

The present study aims to investigate the motivation of high school students to practice physical education. The sample is made up of students of both sexes, with a total of 130 students in grades 10-12.

The applied instrument was the survey with translated version of Perceived Locus of Causality Questionnaire (PLOCQ, Lonsdale et al., 2011).

From the analysis carried out we verified that the students present an individual proper motivation to practice Physical Education, taking into account that their classification does not influence the final average.

KEY WORDS: Physical Education; Motivatio; Physical activity; Self-determination.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

PES - Prática de Ensino Supervisionada

AF – Actividade Física

EF – Educação Física

PNEF – Programas Nacionais de Educação Física

PES – Prática de Ensino Supervisionada

INDICE

AGRADECIMENTOS.....	IV
RESUMO	VI
ABSTRACT	VII
LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS	VIII
INDICE	IX
INDICE DE FIGURAS	XI
INDICE DE TABELAS	XI
PARTE I.....	- 1 -
INTRODUÇÃO	- 2 -
CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DA PES	- 3 -
Caracterização do Colégio	- 3 -
Caracterização do espaço par EF	- 3 -
Recursos Físicos.....	- 4 -
Recursos Temporais	- 5 -
Recursos Materiais	- 5 -
DESENVOLVIMENTO DE ENSINO E APRENDIZAGEM	- 6 -
Expectativas e conclusões da PES	- 6 -
Caracterização das Turmas.....	- 7 -
PARTE II	- 9 -
REVISÃO DE LITERATURA	- 10 -
Importância da Actividade Física e da Educação Física	- 10 -
Conceito de Motivação.....	- 13 -
Motivação.....	- 14 -
Motivação em Educação Física.....	- 15 -
PARTE III	- 18 -
METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO	- 19 -
Objectivo do Estudo	- 19 -
Desenho de Estudo	- 20 -
Amostra / Participantes	- 20 -
Instrumento de Investigação.....	- 21 -
Estudo de Fiabilidade	- 22 -

Ana Catarina Lobão Trábulo
“A motivação para as aulas de Educação Física dos alunos do Ensino Secundário do Colégio Campo de Flores”

Tratamento Estatístico de dados recolhidos	- 22 -
Variáveis de Estudo.....	- 23 -
Pergunta de Partida	- 23 -
Hipóteses.....	- 23 -
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS	- 24 -
CONCLUSÕES FINAIS	- 30 -
BIBLIOGRAFIA.....	- 31 -

INDICE DE FIGURAS

Fig. 1 - Espaços de EF.....	- 3 -
-----------------------------	-------

INDICE DE TABELAS

Tabela 1- Espaços disponíveis para cada matéria	- 4 -
Tabela 2 - Material disponível para EF.....	- 5 -
Tabela 3 - Caracterização da amostra (frequência e %) por "Ano de Escolaridade" (n=130) -	20 -
Tabela 4 - Caracterização da amostra (frequência e %) por "Género" (n=130).....	- 20 -
Tabela 5 - Estudo de fiabilidade (Chronbach Alpha) das Escalas de Motivação (n=130).....	- 22 -
Tabela 6 - Caracterização (média, desvio-padrão, valor máximo e valor mínimo) dos valores obtidos nas diferentes escalas de motivação (n=130)	- 24 -
Tabela 7 - Estudo Correlacional (Pearson) entre os diferentes tipos de motivação (n=130) ..	- 25 -
Tabela 8 - Estudo Comparativo paramétrico (Teste t para amostras independentes) dos valores obtidos nas escalas de Motivação em função da variável género (n=130).....	- 26 -
Tabela 9 - Estudo comparativo (One-way ANOVA) dos valores obtidos nas escalas de Motivação em função do ano de escolaridade (n=130).....	- 28 -

PARTE I

INTRODUÇÃO E CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO

“ O estágio é o eixo central na formação de professores, pois é através dele que o profissional conhece os aspetos indispensáveis para a formação da construção de identidade e dos saberes do dia-a-dia”

(Pimenta & Lima, 2004).

INTRODUÇÃO

Este relatório Final de estágio surge no âmbito da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no 2º Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto Superior de Estudos Interculturais de Transdisciplinares onde é apresentado um estudo que foi desenvolvido no Colégio Campo de Flores sobre a motivação dos alunos para a prática de Educação Física no Ensino Secundário.

O estudo desenvolvido teve como ponto inicial uma recolha de dados geral do colégio onde estão inquiridos todos os alunos do 2º e 3º ciclos e Secundário, repartidos pelos três estagiários que trabalharam em conjunto ao longo deste ano lectivo. Assim e com a atribuição dos diferentes ciclos, coube-me a mim analisar a motivação dos alunos em Educação Física dos alunos do Ensino secundário. Questão muito pertinente tendo em conta que a classificação final desta disciplina, atualmente, não conta para a média final dos alunos, o que leva a que muitos se desinteressem pela disciplina ou não se sintam motivados para a fazer.

Para conseguir atingir os objectivos a que me proponho, utilizarei uma pesquisa quantitativa, que me permitirá receber informação de o maior número possível de respondentes, tornando os resultados com maior significância estatística.

O presente Relatório encontra-se dividido em quatro partes fundamentais:

- Na primeira apresento a Caracterização do meio Escolar que me permitiu conhecer a instituição e enquadrar o trabalho a realizar;
- Na segunda faço uma revisão de literatura que vai de encontro ao estudo desenvolvido e à temática trabalhada no mesmo, a Motivação para a Educação Física, permitindo assim compreender e posteriormente explicar os resultados obtidos no nosso estudo estatístico.
- Na terceira parte e ultima parte apresento, em jeito de reflexão, os resultados obtidos e a conclusão que posso retirar dos mesmos.

CONTEXTO SOCIOEDUCATIVO DA PES

Caracterização do Colégio

*“CRESCER, exige afeto. APRENDER, exige compromisso. SABER, exige prazer.
SONHAR, exige excelência.”*

Quando foi criado, os fundadores quiseram dar-lhe o nome de “Colégio”. No entanto, o regime salazarista não permitiu, uma vez que essa designação estava reservada aos estabelecimentos de ensino privado com internato, cabendo a todos os outros a denominação de “Externato”.

O facto da formação pedagógica da Directora do Colégio ter origem na Escola de Educadoras João de Deus, levou à escolha de um título da obra poética do pedagogo: “Campo de Flores”, não só como homenagem ao poeta, mas também pelo facto, ao tempo, do Colégio se localizar no campo e as flores serem as crianças.

Surgia, assim, o “Externato Campo de Flores”.

Caracterização do espaço par EF

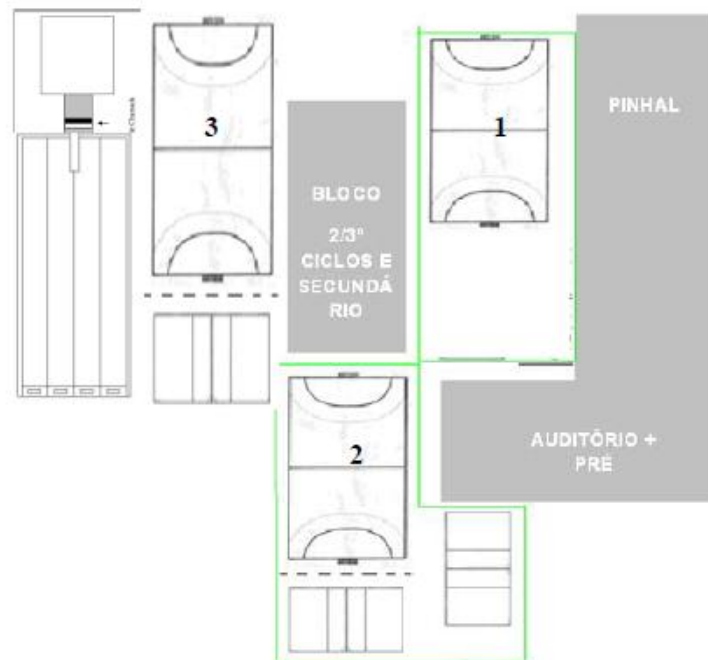


Fig. 1 - Espaços para EF

Recursos Físicos

O Colégio tem uma diversidade de espaços disponíveis para a realização da disciplina de Educação Física, incluída no currículo desde a pré ao ensino secundário e está bem recheado de equipamento. No que diz respeito aos espaços disponíveis para a prática desportiva, quer seja da educação física quer seja das actividades desenvolvidas pelo desporto escolar, o colégio conta com três espaços exteriores, um coberto (1), um descoberto mais antigo (2) e ainda um espaço descoberto mais recente (3), e dois ginásios, pequenos, para a prática de actividades que não exigem um espaço muito grande, equipados com os materiais necessários para a lecionação de ginástica, luta e actividades rítmicas expressivas.

No que respeita aos equipamentos para a prática das diferentes modalidades o colégio possui material para o ensino das seguintes modalidades:

- Andebol; - Futebol; - Voleibol;
- Basquetebol; - Badminton; - Corfebol;
- Atletismo (barreiras, dardos, pesos, postes de salto em altura, rodo)
- Ginástica (arcos e bolas de rítmicas, bancos suecos, boque, colchões de solo e de quedas, trampolins “reuter” e minitrampolim.

Quanto aos espaços (Quadro 1) referidos é de frisar que todos os espaços se encontram-se equipados com material para prática das modalidades acima referidas, especificando ainda que a zona do pinhal é bastante utilizada para a realização de provas de resistência e para o lançamento do peso, visto ser um espaço amplo e todo com o seu piso em areia.

Tabela 1- Espaços disponíveis para cada matéria

	Futebol/ Futsal	Voleibol	Andebol	Basquetebol	Ginástica	Atletismo	Badminton
Campo 1	X	X	X	X	X		X
Campo 2	X	X	X				
Campo 3	X	X	X	X		X	
Ginásio					X	X	
Pinhal						X	

Recursos Temporais

No que diz respeito ao tempo disponível para a prática da Educação Física, os alunos do Ensino secundários dispõem de duas aulas por semana cada uma num bloco de 90 minutos.

Quanto à rotação dos espaços, esta é feita todas as semanas, tendo em conta que vai rodando sempre por 3 locais fixos (Campo 1, Ginásio e Campo 2), todos os outros locais podem ser utilizados se estiverem livres para tal.

Recursos Materiais

Quanto ao material disponível (Quadro 2), o colégio dispõe de uma grande maioria do material essencial para a prática das diversas modalidades a lecionar.

Tabela 2 - Material disponível para EF

MATÉRIA	DENOMINAÇÃO	MATÉRIA	DENOMINAÇÃO
ANDEBOL	Balizas fixas	CORFEBOL	Bases de postes
	Bolas		Cestos
	Cabos segurança balizas		Postes
ATLETISMO	Barreiras	FUTEBOL	Bolas
	Dardos		Balizas
	Fasquias salto em altura		
	Pesos		
	Postes de salto em altura		
	Rodo de areia		
BADMINTON	Fixadores de redes	GINÁSTICA	Arcos de rítmica
	Postes		Bancos suecos
	Raquetas		Bock
	Redes		Bolas de rítmica
	Volantes		Colchões
BASQUETEBOL	Bolas		Colchões queda
	Marcadores de faltas		Mini Trampolim
	Tabelas fixas		Trampolins “reuter”
	Tabelas móveis com carro		

DESENVOLVIMENTO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

Expectativas e conclusões da PES

Ao iniciar o ultimo ano do ciclo de estudos do mestrado no Ensino da Educação Física, ano de estágio e supervisão pedagógica, foi decidido entre docentes e discentes quais os locais de estágio pela qual os alunos iriam ser distribuídos a fim de colaborarem com a escolas cooperante no sentido pedagógico e de formação como futuros professores de Educação Física. O local de estágio por mim selecionado foi o Colégio Campo de Flores, não porque tivesse preferência no ensino privado mas por uma questão de organização pessoal e profissional dando também continuidade à minha experiência anterior na licenciatura, também numa instituição de ensino privado.

O ano iniciou-se em meados de Outubro e a euforia por dar mais um passo importante na minha vida académica era tanta, que receava como iria ser este ano que a passos largos já se aproxima do fim. Com objectivo de adquirir novos conhecimentos novas metodologias de ensino (e que nesta instituição são metodologias muito próprias), foi assim que fui expectante para esta continuação da minha formação na área que decidi seguir. Acreditei que não iria ser um desafio fácil, pois a vida pessoal nem sempre corre a nosso favor e muito menos quando somos trabalhadores-estudantes e nem sempre temos o tempo desejado para nos aplicar nesta reta final que de tão importante se caracteriza.

Chegada a esta fase em que sou confrontada com jovens desconhecidos, docentes repletos de experiencia e à qual me é pedido que desempenhe da melhor maneira os conhecimentos anteriormente adquiridos, face aos objetivos do estágio vejo-me segura do papel que tenho vindo a desempenhar até agora, ficando sempre grata à ajuda do Professor/Orientador que tenho acompanhado sempre.

Após toda esta vivência, o estágio foi sem dúvida a melhor forma de crescimento para um novo e continuo progresso pessoal. Nem sempre foi fácil lidar com algumas situações que com o nervosismo me colocaram à prova. Mas tive sempre a ajuda do orientador cooperante, que em qualquer situação se dispôs a ajudar e apoiar em tudo o que fosse necessário.

Os primeiros contactos, as primeiras explicações nem sempre foram da forma mais correta, mas com o decorrer do tempo fui criando novos hábitos perante as turmas com quem tive o privilégio de trabalhar.

Mesmo com a minha pequena experiência na leccionação de Actividade de Enriquecimento Curricular no 1º ciclo, foi-me útil o sentido de seguir um caminho eu me levasse a conhecer mais este mundo que é a Educação Física.

Caracterização das Turmas

Durante todo o meu processo de prática de ensino supervisionada, o planeamento foi adoptado do professor titular das turmas, tendo em conta que iniciei o estágio um pouco mais tarde que o início das aulas e todo o processo de Planeamento e Avaliações iniciais foram executadas pelo professor titular (orientador cooperante) que à posteriori me foram facultadas para consulta e enquadramento das turmas.

10ºA

Terça-feira: 14h35 às 16h05

Sexta-feira: 10h35 às 12h05

12ºA

Segunda-feira: 10h35 às 12h05

Sexta-feira: 08h45 às 10h15

10º A – Turma de Ciências e Tecnologias

Diretora de Turma: Teresa Ribeiro

Turma com 27 alunos (17 rapazes e 10 raparigas). Uma turma heterógena, com um caso de hiperatividade diagnosticada. Uma turma nem sempre motivada para a prática da educação física, ainda assim participam bastante salientando a participação mais activa da maioria dos rapazes. Quanto às raparigas, só metade se interessa pela disciplina.

12º A – Turma de Ciências e Tecnologias

Diretora de Turma: Teresa Ribeiro

Turma com 20 alunos (15 rapazes e 5 raparigas). Turma heterogénea no que diz respeito ao aspeto académico.

A turma é melhor em resultados do que em aula, é uma turma pouco participativa. O aproveitamento no geral é bom e quanto ao comportamento não há nada a salientar. Regista-se que esta turma, apesar de simpática e cooperante, tem grupos distintos: um de rapazes, muito cúmplices, e outro mais pacífico, cooperante e atencioso.

No que diz respeito à Educação Física é uma turma bastante participativa, de salientar que os rapazes têm uma participação mais activa do que as raparigas.

PARTE II

REVISÃO DE LITERATURA

“As crianças e os jovens devem alcançar um total de pelo menos 60 minutos de actividade física de intensidade moderada pelo menos a cada dia. Pelo menos duas vezes por semana isso deve incluir actividades para melhorar a saúde dos ossos (actividades que produzem altos stressés físicos nos ossos), força muscular e flexibilidade.”

(Janssen, I. & Leblanc, AG., 2010)

REVISÃO DE LITERATURA

Importância da Actividade Física e da Educação Física

É cada vez mais reconhecido que os níveis de actividade física nos jovens estão abaixo dos níveis que se pensam ser suficientes e necessários para uma promoção de estilos de vida saudáveis e activos. Nos últimos anos, tem havido uma crescente preocupação com a número de crianças e adolescentes que adotam estilos de vida sedentários (Cavill, Biddle, e Sallis, 1998, citado por Standage e Ntoumanis, 2003). O número de horas passadas pelos nossos jovens em frente ao computador, à televisão, a jogar vídeo jogos aumentam de dia para dia, e este estilo de vida sedentário traz vários problemas no âmbito da saúde e bem-estar.

A escola apresenta-se como o local ideal para melhorar a aptidão física, bem como para incutir novos hábitos de prática de actividade física, associados a um estilo de vida saudável e activo.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2002), a promoção da actividade física na escola é um objectivo realístico e pode ser conseguido com o contributo fundamental da disciplina de Educação Física. As escolas têm um papel fulcral e a educação física pode assumir papel importante na promoção de estilos de vida activos e saudáveis, através da prática agradável e motivadora das diversas actividades físicas no que toca ao reconhecimento da presença de uma quantidade considerável de tempo que as crianças e jovens passam na escola.

Assim, Fairclough et al. (2008), consideram que a escola e, sobretudo a Educação Física, uma das disciplinas que compõem o currículo escolar dos alunos que desempenha um papel fundamental na promoção de formas saudáveis de actividade física, pois as crianças passam grande parte do seu dia na escola. Neste sentido, Carreiro da Costa (2011), afirma que para se ser uma pessoa “bem educado fisicamente” inclui estar fisicamente apto, conhecer e valorizar os benefícios de um estilo de vida fisicamente activo.

Um dos argumentos que justifica por que razão a Educação Física deve fazer parte do currículo, provem da Actividade Física (AF), ela que ajuda a criar hábitos saudáveis e um estilo de vida mais activo. Uma vez que se consegue implementar estes hábitos desde cedo nas idades mais jovens, estes podem contribuir fortemente para o aumento da saúde e prevenção de doenças cardiovasculares, obesidade e outras doenças crónicas relacionadas com a inactividade física (Malina, 2011; Tealma & Yang, 2000 – citado por Marques, 2010).

A Educação Física tem a competência de desenvolver as capacidades motoras, atitudes e, competência social necessária, para um estilo de vida activo ao longo da sua vida (Carreiro da costa & Marques, 2011). A quantidade de crianças e adolescentes que mostram baixos níveis de Actividade Física é preocupante e este problema acentua-se mais entre as raparigas (WHO, 2002). Carreiro da Costa e Marques (2011) referem ainda que *“a educação física pode ter um papel fundamental na promoção de estilos de vida ativos e saudáveis, assegurando uma aprendizagem do conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, através de atividades físicas agradáveis e motivadoras.”* Ou seja, a educação física tem *“a capacidade de promover o desenvolvimento de habilidades motoras, conhecimentos, atitudes e competências necessárias para um estilo de vida ativo desde a adolescência até à idade adulta.”*

Também Haywood, 1991, Sallis & McKenzie, 1991 afirmam que a Educação Física é um local privilegiado para se investir na promoção da saúde no contexto da saúde pública ao longo da vida, da mesma forma como os programas escolares devem influenciar os conhecimentos, comportamentos e atitudes desde a infância até a idade adulta. Como tal, a EF deve proporcionar estas aprendizagens, pois como está descrito nos PNEF, as finalidades da educação física escolar são a promoção de aprendizagens técnico-motoras e sócio-motoras, assim como o desenvolvimento de competências reflexivas imprescindíveis para uma participação pessoal recompensadora na cultura do movimento ao longo de toda a vida.

Assim sendo, a EF deve ganhar legitimidade através dos seus valores e do seu carácter educativo que fazem dela uma disciplina única; e que juntamente com outras as disciplinas do currículo permitem a evolução e o sucesso escolar do aluno.

Em Portugal, a Educação Física não tem uma situação estável no currículo nacional, podemos verificar isso através das alterações constantes entre os seis Decretos-Lei que existiram desde o ano 2000. De acordo com o Decreto Lei 139/2012, exceto quando o aluno pretenda prosseguir estudos na área de Desporto, a classificação na disciplina de Educação Física é considerada para efeitos de conclusão do nível secundário de educação, mas não entra no apuramento da média final. Deste modo, se um aluno não quiser prosseguir estudos na área de Desporto no Ensino Superior, a nota de EF deixa automaticamente de contar para a média de classificação final.

Desta forma, é primordial analisar as repercussões que este Decreto-Lei 139/2012 poderá ter no futuro, e o que o que poderá refletir no alunos do ensino secundário.

Segundo Standage, Duda e Ntoumanis (2005), nos últimos tempos a preocupação de estudo tem aumentado com o objetivo de compreender as experiências dos alunos no contexto da educação física. Este aumento deveu-se às declarações e relatórios de pesquisa de várias entidades que pedem o aumento dos níveis de atividade física nas crianças e adolescentes. Assim e de forma a ultrapassar estes paradigmas, é necessário estudar uma variável, que pode estar relacionada com a possível influência e aumento da atividade física, sobretudo nas aulas de educação física, que é a motivação para a prática da mesma.

Conceito de Motivação

“A motivação está na raiz do comportamento. Toda a actividade tem origem numa «energia» geradora de «forças», ou de «dinamismos» que mobilizam ou põem em movimento os protagonistas da actividade.” (Abreu, 1998).

Para Roberts (1992), a motivação encontra-se diretamente relacionada com factores de personalidade, variáveis sociais e/ou conhecimentos que sucedem quando o indivíduo empreende uma tarefa, na qual é avaliado, entram em competição com os outros ou até mesmo tem como objetivo atingir um determinado nível de excelência.

Fernandes (1986), define motivação como um conjunto dos mecanismos internos e dos estímulos externos que activam e orientam o nosso comportamento.

Segundo Brito (1994), o autor diz-nos que, “a motivação é o conjunto de factores dinâmicos que determinam o comportamento de cada indivíduo”. Também na área do desporto é comum designar as motivações pelo conjunto de factores internos e externos (intrínsecos e extrínsecos) que influenciam o esforço e a persistência dos comportamentos, em direcção a um fim ou a um objectivo.

Ryan e Deci (2000), dizem que estar motivado significa ser ativo e ter intenção de se envolver na ação, como estado interior que é, a motivação é influenciada por mecanismos biológicos e fisiológicos, mas uma grande parte é função das variáveis sócio culturais e cognitivas que influenciam não só o que as pessoas fazem, mas também o modo como se sentem e como agem.

Os mesmos autores, Deci e Ryan (2008), explicam ainda que as diferentes motivações que variam de pessoa para pessoa não podem ser explicadas apenas a partir de processos psicológicos, mas sim de acordo com o contexto sociocultural, reforçando que este contexto influencia, não só o que as pessoas fazem, mas também o que sentem enquanto realizam essa mesma atividade.

Assim, poderíamos dizer que segundo estes autores, a motivação é um conjunto de mecanismos multifactoriais que determinam o comportamento de cada indivíduo.

Motivação

Nos dias de hoje, a palavra “motivação” é uma das mais usadas pelos professores, em particular a educação formal, para justificar quer o insucesso quer o sucesso dos alunos, em particular no ensino e na aprendizagem. Muitos professores colocam a alegada “falta de motivação” dos alunos como primeiro obstáculo à compreensão e aprendizagem dos conteúdos escolares (Campos, 1986).

Na literatura, as abordagens que têm sido feitas sobre esta temática defendem a existência de duas orientações motivacionais, a intrínseca e a extrínseca (De Charms, 1984, citado por Wentzel e Wigfield, 1998). Então, podemos dizer que a Motivação Intrínseca é determinada pelo interesse do indivíduo na tarefa, enquanto que a Motivação Extrínseca é fortemente determinada pelos reforços associados normalmente, aos resultados.

Por ser considerada por muitos autores, como tema chave de qualquer acção humana, a motivação tem sido muito estudada e discutida em diferentes ambientes. A importância que tem nas diversas áreas é inquestionável, no desporto e na actividade física ela tem uma grande relevância, tanto quando se questiona rendimento, quanto quando se fala em aderência ou adesão a qualquer programa de actividade física (Moreno, Dezan, Duarte e Schwartz, 2006).

Tipos de Motivação (Brito, 1974)

- **Motivações intrínsecas** - têm a ver com aspectos essencialmente fisiológicos, com a estrutura orgânica do indivíduo e caracterizam-se por serem não apreendidas e serem imprescindíveis para uma sobrevivência individual.

- **Motivações extrínsecas** - têm a ver de certa forma com aspectos essencialmente psicossociais, fruto da inserção/integração no meio – social, são sensíveis a toda a uma aprendizagem. “A motivação extrínseca verifica-se quando um atleta se interessa por uma actividade sendo esta um meio para alcançar um fim, tal como a participação pela satisfação de ser melhor que o outro, prestígio (estatuto social), obtenção de recompensas (dinheiro, aceitação parental) e não-aceitação da punição” (Serpa, 1990).

Segundo Carreiro da Costa (1998), o autor diz-nos que as motivações intrínsecas são as que se apresentam como as mais duradouras e resistentes, pois estão directamente relacionada com a própria prática e como os sentimentos que esta provoca nos diferentes indivíduos, associando assim a motivos internos o prazer, a alegria da realização, e a satisfação da aprendizagem, que auxiliam o desenvolvimento de outros tipos de necessidades, tais como a competência e a autonomia humana. A motivação intrínseca está relacionada ao conceito “eu gosto”. A determinação e o prazer fazem com que o jovem se envolva sem medo das consequências, do que poderia ocorrer em maior ou menor escala.

Motivação em Educação Física

“As grandes dificuldades de um professor consistem nas dificuldades em saber quais os motivos ou motivo que levam o aluno a actuar, no entanto há que diferenciar motivo de motivação. São dois conceitos diferentes sendo que o motivo é a razão que leva a fazer determinada coisa, isto é, características relativas, estáveis e individuais, que induzem o indivíduo a pôr esses motivos na prática, a motivação é o comportamento que leva esses indivíduos a pôr esses motivos em prática, numa dada situação temporal” (Nunes, 1995).

Actualmente o que significa para os jovens estar motivado para a prática da Educação Física?

Segundo a visão pedagógica, motivação tem como significado estimular a vontade de aprender, ou seja, os alunos ao se sentirem motivados ou se tiverem algum motivo para adquirirem algum conhecimento aprendem melhor. E neste caso o professor tem um papel bastante fundamental, pois é o professor que irá guiar, orientar, encorajar, estimular e descobrir os interesses dos alunos, para que este seja conduzido a assumir novas atitudes, novos valores, novos conhecimentos e novas motivações.

Hoje em dia existe muita exclusão por parte dos alunos em educação física, pois existe pelo facto de um aluno não saber jogar bem uma certa modalidade desportiva e os outros alunos acabam por o colocar de lado, assim o professor tem o papel de interferir para que todos os alunos participam nas aulas de EF, motivando a turma para a prática da atividade física.

Segundo Anton (1989), motivar é o que impulsiona o aluno a alcançar o objectivo. Tal como existem desportistas com diferentes interesses, aqueles que estão motivados pela necessidade de movimento e liberação de energia e outros que estão motivados pelo êxito pessoal de cada acção, bem como existe outros que estão motivados pelos fracassos familiares, pelos estudos, buscando assim o êxito no desporto.

Maggil (1984) também refere que a motivação está associada á palavra motivo, e este têm como significado impulso, intenção que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de uma certa forma.

Um dos objectivos do professor é promover um estilo saudável e ativo fora do contexto escolar, finalidade essa que está inserida no Programa Nacional de EF (2001).

Silva e Palmeira (2010) procuram estabelecer uma relação entre a percepção do auto conceito e os tipos de prática de AF, acabando por descobrir que quanto maior era o nível de prática mais era elevado os níveis de auto conceito. Ou seja, os alunos que praticavam desporto a nível federado têm valores de auto estima e auto conceito mais elevado que os restantes.

Segundo Viira e Koka (2012) concluem também que os alunos que participam em atividades físicas organizadas têm uma maior perceção quando comparados com alunos que não têm nenhuma experiência na prática de AF. Pois é na saúde que se refletem todos esses benefícios da prática de Actividade Física, e qualquer que seja escolhida pelo aluno, vão sempre contribuir para um estilo de vida mais ativo e saudável.

Ana Catarina Lobão Trábulo
“A motivação para as aulas de Educação Física dos alunos do Ensino Secundário do Colégio Campo de Flores”

PARTE III

METODOLÓGICA E APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

METODOLOGIA DE INVESTIGAÇÃO

Objectivo do Estudo

O objectivo deste estudo surge da preocupação em conhecer melhor a motivação que os jovens do Colégio apresentam para a prática da disciplina de Educação Física.

Foram recolhidos dados dos alunos de todas as turmas do Ensino secundário.

O presente estudo tem por base um questionário (Anexo I) composto por 20 perguntas relatadas numa escala de Lickert com 7 pontos (1 – discordo plenamente; 2 – discordo bastante; 3 – discordo no geral; 4 – nem concordo, nem discordo; 5 – concordo no geral; 6 – concordo bastante; 7 – concordo plenamente), explicado presencialmente aos alunos e preenchido no momento com a minha presença e da professora da aula, de modo a facilitar a explicação e a resolução.

O trabalho de campo necessário para o desenvolvimento deste estudo foi realizado no Colégio Campo de Flores, abrangendo assim 6 turmas do Ensino Secundário:

10º ano - 2 turmas (A e B)

11º ano- 2 turmas (A e B)

12º ano – 2 turmas (A e B)

O estudo regeu-se pelos seguintes procedimentos metodológicos:

1º- Apresentação do projecto de estudo à direcção do Colégio, descrevendo os objectivos e procedimentos a adoptar. Solicitação de autorização para se proceder à investigação.

2º - Explicação do projecto aos alunos, objectivos e procedimentos a adoptar e a solicitação da sua participação voluntária.

3º - Distribuição e realização dos questionários nas respectivas turmas.

4º - Análise dos resultados e discussão dos mesmos.

Desenho de Estudo

Este estudo é de natureza transversal, no sentido em que houve apenas um momento de recolha de dados e a análise da mesma é de natureza quantitativa.

Amostra / Participantes

Este estudo, cuja amostra totaliza 130 alunos ($N = 130$), tem uma distribuição equilibrada no que concerne aos anos de escolaridade, observando-se uma percentagem com uma diferença mínima de alunos do 11º ano (35,4%), em comparação com os restantes anos, 10º e 12º anos (tabela 1).

Tabela 3 - Caracterização da amostra (frequência e %) por "Ano de Escolaridade" ($n=130$)

Ano de Escolaridade	Frequência ($n = 130$)	Percentagem (%)
10º ano	45	34,6%
11º ano	46	35,4%
12º ano	39	30,0%

No que diz respeito à distribuição por género, prevalece o género masculino, superior em doze pontos percentuais em relação ao género feminino (tabela 2.)

Tabela 4 - Caracterização da amostra (frequência e %) por "Género" ($n=130$)

Género	n	%
Feminino	58	44,6%
Masculino	72	55,4%

Dos 1219 alunos inscritos na Pré e nos 1º, 2º e 3º ciclos do ensino básico e ensino Secundário, afectos ao Colégio Campo de Flores, distribuídos por 41 turmas, apenas foram estudados 130 alunos do Ensino Secundário, que frequentaram as aulas no mês da aplicação dos questionários (Junho de 2017).

Instrumento de Investigação

Para avaliar as regulações motivacionais existentes nos alunos do Ensino Secundário, foi utilizada a versão traduzida do Perceived Locus of Causality Questionnaire (PLOCQ, Lonsdale et al. 2011)., utilizado muitas vezes no âmbito da Educação Física.

Este questionário foi baseado nos trabalhos de Goudas et al. (1994) que desenvolveram esta escala, adaptando itens do Questionário de Auto-Regulação (Ryan & Connell, 1989) para refletir a motivação intrínseca, regulação identificada, regulação introjetada e regulação externa. A grande maioria dos estudos realizados para verificar os tipos de motivação dos alunos nas aulas de Educação Física (Cox e Ullrich-French, 2010; Lim e Wang, 2009; Lonsdale et al., 2011; Ntoumanis et al., 2009; Standage et al., 2003; Sun e Chen, 2010; Taylor et al., 2010, citado por Sánchez-Oliva, 2014) utilizaram este instrumento, permitindo assim a validação do mesmo.

O PLOCQ divide-se em 5 subescalas, associando-se cada subescala a uma forma de regulação possível, correspondente cada uma delas a um conjunto de 4 perguntas:

- Motivação Intrínseca - pergunta 4 – 14 – 9 – 19 - (Porque as aulas de Educação Física são divertidas);

-Motivação Extrínseca Identificada – 3 – 8 – 13 – 18 - (Porque é importante para mim fazer bem os exercícios na Educação Física);

- Motivação Extrínseca Introjetada – 2 – 12 – 20 – 17 - (Porque quero que o professor de Educação Física pense que sou um bom aluno);

- Motivação Extrínseca Externa – 1 – 6 – 11 – 16 - (Porque vou arranjar problemas se não o fizer);

- Amotivação – 5 – 10 – 15 – 7 -(Mas sinto que as aulas de Educação Física são uma perda de tempo).

As respostas são relatadas numa escala de Lickert com 7 pontos: 1 – discordo plenamente; 2 – discordo bastante; 3 – discordo no geral; 4 – nem concordo, nem discordo; 5 – concordo no geral; 6 – concordo bastante; 7 – concordo plenamente.

Estudo de Fiabilidade

Por questão de segurança e conformidade, procedemos ao estudo de fiabilidade da amostra para garantir que todos os resultados são aceitáveis para o objectivo deste estudo.

Tabela 5 - Estudo de fiabilidade (Chronbach Alpha) das Escalas de Motivação (n=130)

	Cronbach's Alpha	Nº de Items
Motivação Intrínseca	,875	4
Motivação Extrínseca Identificada	,846	4
Motivação Extrínseca Introjada	,566	4
Motivação Extrínseca Externa	,740	4
Amotivação	,586	4

No nosso estudo, genericamente todas as escalas de motivação apresentam bons valores de fiabilidade (tabela 5), referir apenas que a Amotivação ($\alpha = 0,586$) e Motivação Extrínseca Introjada ($\alpha = 0,566$) se apresentam com valores mais baixos mas ainda assim aceitáveis. Verificamos que os valores correspondentes à, Motivação Intrínseca ($\alpha = 0,875$), Motivação Extrínseca Identificada ($\alpha = 0,846$) e Motivação Extrínseca Externa ($\alpha = 0,740$) apresentam valores muito bons de fiabilidade.

Tratamento Estatístico de dados recolhidos

No que diz respeito ao tratamento e análises dos dados, o programa estatístico utilizado foi o SPSS (Statistical Package for Social Sciences), versão trial 20.0, no qual introduzimos os dados relativos a todas as informações constantes no questionário.

De modo a cumprir os objetivos e também caracterizar a amostra em estudo, analisamos as frequências de resposta, utilizando a estatística descritiva, nomeadamente a frequência (n), valores mínimos (Min.) e máximos (Max.), média e o desvio padrão (Sd).

Tendo em consideração a dimensão da amostra (n=130), foram utilizados os testes paramétricos: Teste-T e teste ANOVA, em função do género e dos anos de escolaridade respectivamente.

Variáveis de Estudo

A) Variáveis Dependentes

- Motivação Intrínseca
- Motivação Extrínseca Identificada
- Motivação Extrínseca Introjectada
- Motivação Extrínseca Externa
- Amotivação

B) Variáveis Independentes

- Género (masculino ou feminino)
- Ano de Escolaridade (10º, 11º ou 12º)

Pergunta de Partida

- *“Tendo em conta que a nota de educação física não tem influência na média final dos alunos do ensino secundário, qual a sua motivação para a prática das aulas de EF?”*

Hipóteses

Perante os problemas que se nos apresentam e após análise da literatura surgem as seguintes hipóteses:

Hipótese 1. Existem diferenças significativas na motivação para a prática das aulas de Educação Física, em função do género.

Hipótese 2. Existem diferenças significativas na motivação para a prática das aulas de Educação Física, em função do ano de escolaridade dentro do Ensino Secundário.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Tabela 6 - Caracterização (média, desvio-padrão, valor máximo e valor mínimo) dos valores obtidos nas diferentes escalas de motivação (n=130)

	n	Min.	Max.	Média	Sd
Motivação Intrínseca	130	1,00	7,00	5,0019	1,34737
Motivação Extrínseca identificada	130	1,00	7,00	5,0519	1,30951
Motivação Extrínseca externa	130	1,00	7,00	3,4692	1,43598
Motivação Extrínseca Introjectada	130	1,00	7,00	2,9808	1,19739
Amotivação	130	1,00	6,50	2,6096	1,18043

Uma vez apurados os resultados de fiabilidade para cada escala de motivação, conforme os resultados da análise, foram calculadas as médias de desempenho, o valor máximo e mínimo e o desvio padrão dos participantes nas cinco escalas de motivação, como mostra a tabela 6.

Assim a motivação intrínseca e a motivação extrínseca identificada são as que apresentam valores mais elevados, mostrando que os alunos estão motivados para a prática da EF por razões de prazer e por razões de objetividade para conseguirem chegar a um determinado objetivo.

Pelo contrário, a motivação extrínseca Introjectada e a Amotivação são as escalas que apresentam uma média mais baixa, mostrando que à pouca desmotivação para a prática das aulas de EF.

Estudo Correlacional

Tabela 7 - Estudo Correlacional (Pearson) entre os diferentes tipos de motivação (n=130)

		Motivação Extrínseca identificada	Motivação Extrínseca externa	Amotivação	Motivação Extrínseca Introjectada
Motivação Intrínseca	<i>r</i>	,830**	-,399**	-,392**	,086
	<i>p</i>	,000	,000	,000	,333
Motivação Extrínseca identificada	<i>r</i>		-,376**	-,322**	,165
	<i>p</i>		,000	,000	,061
Motivação Extrínseca externa	<i>r</i>			,675**	,531**
	<i>p</i>			,000	,000
Amotivação	<i>r</i>				,431**
	<i>p</i>				,000

O teste de correlação de Pearson sugere que existe uma associação positiva mais elevada entre os tipos de motivação intrínseca com a motivação extrínseca identificada, e que existe uma associação negativa entre a motivação intrínseca, a motivação extrínseca identificada, e a motivação extrínseca externa e a Amotivação, respectivamente. Sugerindo assim que quanto maior for a motivação intrínseca do aluno maior vai ser a sua motivação extrínseca identificada, ou seja, o interesse e o prazer que o aluno tem na realização de EF está diretamente ligado à sua interiorização e razão pela qual está a fazer aquela disciplina.

Também a associação entre a motivação extrínseca externa e a amotivação apresentam um valor elevado, que nos leva a entender que aquilo que o aluno faz só porque quer receber uma recompensa ou evitar uma punição pode levar a uma desmotivação na prática das aulas de EF.

Estudo Comparativo

Para a análise da primeira hipótese de estudo: “Existem diferenças significativas na motivação para a prática das aulas de Educação Física, em função do género”, foi efetuado um teste comparativo paramétrico do Teste T para variáveis independentes.

Tabela 8 - Estudo Comparativo paramétrico (Teste t para amostras independentes) dos valores obtidos nas escalas de Motivação em função da variável género (n=130)

	Género	N	Média	Sd	t	p
Motivação Intrínseca	F	58	4,6422	1,32545	-2,804	,006
	M	72	5,2917	1,30276		
Motivação Extrínseca identificada	F	58	4,7155	1,31743	-2,692	,008
	M	72	5,3229	1,24714		
Motivação Extrínseca externa	F	58	3,6078	1,56308	,987	,325
	M	72	3,3576	1,32542		
Motivação Extrínseca Introjectada	F	58	2,6078	1,17271	-,016	,987
	M	72	2,6111	1,19483		
Amotivação	F	58	2,8060	1,24784	-1,501	,136
	M	72	3,1215	1,14449		

Após analisar o grupo de variáveis que indica a qualidade da motivação, verificam-se, diferenças significativas relativamente à motivação intrínseca ($p = 0,006$) e à extrínseca identificada ($p = 0,008$). De uma maneira geral tanto os elementos do sexo feminino, como masculino, estão motivados para as aulas de EF.

Os resultados obtidos mostram-nos que os rapazes estão motivados de uma forma mais autónoma (motivação intrínseca e motivação extrínseca identificada) comparativamente com as raparigas. O mesmo acontece nos resultados obtidos por Ilce t al. (2010), que no seu estudo afirmam que os rapazes apresentaram níveis motivacionais maiores que as raparigas na participação das aulas de educação Física.

Esta questão da motivação para a prática da educação física, também se encontra diretamente relacionada com a participação em actividades fora da escola, o que no contexto atual se pode tornar bastante relevante, visto que pode ser a continuação da prática da actividade física ao longo da vida destes jovens (Ilce t al., 2010).

Num estudo mais recente, Silva, Matias, Viana, & Andrade, (2012), constataram que os rapazes são mais autodeterminados para a prática de AF do que as meninas e ainda praticam mais atividades.

Tabela 9 - Estudo comparativo (One-way ANOVA) dos valores obtidos nas escalas de Motivação em função do ano de escolaridade (n=130)

		n	Média	Sd	F	Sig.
Motivação Intrínseca	10	45	5,3556	1,28197	2,774	,066
	11	46	4,9239	1,26477		
	12	39	4,6859	1,45177		
Motivação Extrínseca identificada	10	45	5,5056	1,16834	4,613	,012
	11	46	4,9022	1,31495		
	12	39	4,7051	1,34124		
Motivação Extrínseca externa	10	45	3,3778	1,42185	,594	,554
	11	46	3,3804	1,43056		
	12	39	3,6795	1,47339		
Amotivação	10	45	2,6944	1,09608	1,335	,267
	11	46	2,3859	1,09126		
	12	39	2,7756	1,35335		
Motivação Extrínseca Introjctada	10	45	3,2000	1,37097	1,629	,200
	11	46	2,7500	1,02198		
	12	39	3,0000	1,15423		

De acordo com a tabela 9, podemos aferir que nenhuma das variáveis apresenta resultados significativos em função do ano de escolaridade, ainda assim é de realçar que na motivação intrínseca é que a mais se aproxima de uma relação estatisticamente significativa.

Também podemos analisar que os resultados obtidos pelos alunos do 10º ano apresentam, sempre a média mais alta em comparação com o 11º e 12º ano. Significa que mesmo a nota de EF não contando para média final, são os alunos mais novos os mais motivados para a prática das aulas de EF, verificando-se na tabela 9, que os alunos do 10º ano são aqueles que na motivação intrínseca apresentam valores mais elevados e que pelo contrário, na Amotivação apresentam valores mais baixos. Tudo revela que os alunos do 12º ano estão mais desmotivados para a prática das aulas de EF comparativamente com os de 10º ano.

Sendo este um estudo que engloba as turmas de ensino secundário em que atualmente a sua nota de EF não interfere na classificação final, os dados recolhidos são contrários aos que encontramos na literatura que nos mostra que os alunos em que sua nota conta para a classificação são os mais motivados para a prática da EF (Ntoumanis, 2001, 2005; Standage et al., 2003, 2005; Taylor e Ntoumanis, 2007).

Nesta comparação entre os diferentes anos do ensino secundário, o tipo de motivação difere e vai de encontro ao estudo realizado por Papaionnou (1999), que nos mostra que os estudantes do ensino secundário apresentam menos prazer e esforços nas actividades no que diz respeito à motivação intrínseca

CONCLUSÕES FINAIS

Este estudo estudou a motivação numa amostra de alunos do ensino Secundário em que a sua nota de Educação Física não conta para a classificação final, medida aprovada no Decreto-Lei 139/2012. É importante que exista uma continuidade nos estudos com o mesmo objetivo e natureza, para que seja possível apurar a repercussões que este Decreto-lei poderá vir a aumentar no futuro. Tendo sido uma medida aplicada a partir de 2012, são poucas as pesquisas e os estudos sobre a motivação dos alunos face à disciplina de Educação Física.

Quando analisamos as diferenças motivacionais entre rapazes e raparigas, aferimos que ambos têm o mesmo envolvimento significativo na prática das aulas de Educação Física, frisando sempre que os rapazes se destacam ligeiramente, apresentando assim uma motivação para a prática mais autónoma. Esta motivação está por vezes associada com uma maior participação dos rapazes em actividades fora do contexto escolar, tanto a nível federado como apenas por lazer.

Também as diferenças entre os diferentes anos do ensino secundário não deixam dúvidas de que os alunos mais novos são os que ainda apresentam um nível motivacional mais alto, independentemente da sua nota influenciar ou não na sua classificação final. Até porque os alunos do primeiro ano do ensino secundário (10ºano) podem ainda sofrer com alterações legislativas que poderão reformular a influência da sua nota para a classificação final.

Assim este estudo permitiu-me conhecer alguns conceitos que estão diretamente ligados à Educação Física e que por vezes não damos tanta atenção, e que atualmente são importantíssimos visto que o professor tem um papel fundamental na motivação dos seus alunos para a prática das aulas de Educação Física.

Contudo é necessário compreender se este Decreto-Lei, que retira a nota da EF da classificação final para acesso ao Ensino Superior, tem consequências no futuro para os alunos, professores e para a própria disciplina. É fundamental a continuação de estudos semelhantes de forma ter argumentos científicos para mostrar as diferenças motivacionais que os alunos apresentam perante esta situação.

BIBLIOGRAFIA

- Abreu, M., V. (1998). Cinco ensaios sobre motivação. Coimbra
- Anton, J. y Col. Entrenamiento Deportivo en la Edad Escolar. Unisport, Málaga, 1989.
- Brito, A.P. (1974) *Motivação em Desporto, Porque Fazemos Desporto*, Junho. Lisboa, in Revista “Livre”.
- Brito, A. (1994) *Psicologia do Desporto, Noções Gerais*, Revistas Horizonte, Vol. X (nº 59).
- Caetano, A. e Januário, C. (2009). Motivação, teoria das metas discentes e competência percebida. *Revista Pensar a Prática*, 12 (2). Consultado em 8-Set-2017 do sítio: <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/5891/4864>.
- Campos, D. (1986). Psicologia da aprendizagem. Petrópolis
- Carreiro da Costa, F. (2010). Educação Física: Disciplina Dispensável versus Disciplina Imprescindível. Como ultrapassar a situação paradoxal que caracteriza a Educação Física? *Revista Brasileira de Docência, Ensino e Pesquisa em Educação Física*, 2 (1), 91-110.
- Carreiro da Costa, F. & Marques, A. (2011). Promoting Active and Healthy Lifestyles at School: Views of Students, Teachers, and Parents in Portugal. In K. Hardman (Ed.). *Contemporary Issues in Physical Education: an International Perspective*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Correia, L. (1993) *A Motivação dos Alunos para as aulas de Educação Física*. F.M.H.
- Decreto-Lei 139/2012, de 5 de julho - organização curricular básico e secundário
- Deci, E. L. e Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227 – 268.
- Deci, E. L. e Ryan, R. M. (2008). Facilitating Optimal Motivation and Psychological Well-Being Across Life’s Domains. *Canadian Psychology*, 49 (1), 14-23.

- Digelidis, N. e Papaionnou, A (1999). Age-group differences in intrinsic motivation, goal orientations and perceptions of athletic competence, physical appearance and motivational climate in Greek physical education. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 9, 375-380.
- Fairclough, S.J, Stratton, G., & Butcher, Z.H. (2008). Health-related exercise initiative Promoting health-enhancing physical activity in the primary school: a pilot evaluation of the BASH. *Health Education Research*. v.23. Pp 576-581.
- Escartí, A., Gutiérrez, M. (2001). Influence of the Motivational Climate in Physical Education on the Intention to Practice Physical Activity or Sport. *European Journal of Sport Science*, 1(4), 1-12.
- Fernandes, U. (1986) *Motivações do Jovem para as Atividades Físicas e Desportivas*. Horizonte III, 15, Setembro – Outubro, p.75 -76.
- Haywood, K. (1991). The role os physical education in the developement of activi lifestyles. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, v.62, n.2, p.151- 6
- Ilic, J., Visnjic, D., Martinovic, D. e Markovic, Z. (2010). Investigation of relations between school achievements and motivation of 6th-grade students for involvement in physical education classes. *Original Scientific Paper*, 2, 34-41.
- Janssen I, Leblanc AG: *Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth*. Int J Behav Nutr Phys Act 2010.
- Magill, R. A. (1984). *Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações*. São Paulo: Edgard Blücher.
- Marques, A. (2010). *A escola, a educação física e a promoção de estilos de vida activa e saudável: estudo de um caso*. Tese de Doutoramento, FMH, UTL, Lisboa. Não publicada.
- Moreno, R.M., Dezan, F., Duarte, L.R. e Schwartz, G.M. (2006). Persuasão e motivação; interveniências na atividade física e no esporte. In *Efdesportes/Revista digital*. Buenos Aires: Año 11, nº 103.

- Nova, F. (2013). *Qualidade da Motivação dos Alunos e o Empenho nas Aulas de Educação Física*. Seminário/Relatório de Estágio, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias..
- Nunes, M. (1995) *Motivação para a Prática Desportiva*, Revista Horizonte XII (nº67).
- Organização Mundial da Saúde (2002) - *Reducing risk, promoting healthy life*. Geneva. Geneva: WHO
- Pimenta, Selma Garrido e Lima, Maria Socorro Lucena. Estágio e Docência. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2004
- Roberts, G. (1992) *Motivation in Sport and Exercise: Conceptual Constraints and Convergence*, in *Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, Illinois, Human KineticsBooks.
- Ryan, R., & Deci, E. (Janeiro de 2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Sallis, J.A.; McKenzie, T.L. (1991) Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, v.62, n.2, p.124-37.
- Serpa, S. (1992) *Motivação para a Prática Desportiva – Validação Preliminar do Questionário de Motivação para as actividades desportivas (QMAD)*, in Sobral, F. e Marques, A., FACDEX (vol. 2), ME – DGEBS – DGD
- Silva, R., Matias, T., Viana, M., & Andrade, A. (2012). Relação da prática de exercícios físicos e fatores associados às regulações motivacionais de adolescentes brasileiros. *Revista Motricidade*, 8, N. 2, pp. 8-21.
- Silva, M., Palmeira, A.L.(2010). Associações Entre Auto-Conceito Físico e Motivação Para o Exercício em Adolescentes: Interações com o Nível de Prática e o Género. *Revista de EF*, 27-36 Rio de Janeiro (RJ) – Brasil. ISSN 0102-8464.

- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs and tenets from self-determination and goal perspective theories to predict leisure-time exercise intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95, 97-110.
- Standage, M., Duda, J.L., Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 75, 411–433.
- Teixeira, Ó. (2011). *A percepção do clima motivacional em educação física em alunos do 3º ciclo e ensino secundário. Influência do estilo de vida, da atitude face à educação física e da orientação de objetivos*. Seminário/Relatório de Estágio, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Viira, R., Koka, A. (2012). Participation in Afterschool Sport: Relationship to Perceived Need Support, Need Satisfaction, and Motivation in Physical Education. *Faculty of Kinesiology University*, 44(2), 199-208.
- Wentzeland, R. & Wigfield, A. (1998). Academic and Social Motivational Influences on Students' Academic Performance. *Educational Psychology Review*, Vol. 10, No. 2.

Ana Catarina Lobão Trábulo
“A motivação para as aulas de Educação Física dos alunos do Ensino Secundário do Colégio Campo de Flores”

ANEXOS

Perceived Locus of Causality Questionnaire- PLOCQ
Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
Questionário

- Solicitamos a tua colaboração para responderes ao presente questionário, sendo este **anónimo e sigiloso**
- As informações recolhidas serão utilizadas para uma tese de mestrado que terá por objetivo estudar a percepção dos alunos relativamente às aulas de Educação Física.
- Lê cada afirmação e **assinala com um círculo (O)** à volta do número que melhor se identifica com a tua opinião: desde **1 (discordo totalmente)** a **7 (concordo totalmente)**.
- É muito importante para o sucesso deste estudo que as tuas respostas sejam sinceras.
- **Muito obrigado** pela tua colaboração

Ano: _____ Turma: _____

Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐

EU PARTICIPO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA...

		Discordo totalmente	Discordo em Grande parte	Discordo em parte	Neutro	Concordo em parte	Concordo em grande parte	Concordo totalmente
1	Porque vou arranjar problemas se não o fizer	1	2	3	4	5	6	7
2	Porque quero que o professor de EF pense que sou um bom aluno	1	2	3	4	5	6	7
3	Porque quero aprender novos exercícios/desportos	1	2	3	4	5	6	7
4	Porque as aulas de EF são divertidas	1	2	3	4	5	6	7
5	Mas não sei porquê	1	2	3	4	5	6	7
6	Porque é o que é suposto eu fazer	1	2	3	4	5	6	7
7	Porque me sentiria culpado se não o fizesse	1	2	3	4	5	6	7
8	Porque é importante para mim fazer bem os exercícios de EF	1	2	3	4	5	6	7
9	Porque gosto de aprender novos exercícios/desportos	1	2	3	4	5	6	7
10	Mas não vejo porque tenho de fazer EF	1	2	3	4	5	6	7
11	Para evitar que o meu professor de EF se zangue comigo	1	2	3	4	5	6	7
12	Porque me sentiria mal comigo mesmo se não o fizesse	1	2	3	4	5	6	7
13	Porque quero melhorar a minha execução na EF	1	2	3	4	5	6	7
14	Porque as aulas de EF são entusiasmantes	1	2	3	4	5	6	7
15	Mas sinto que as aulas de EF são uma perda de tempo	1	2	3	4	5	6	7
16	Porque é obrigatório	1	2	3	4	5	6	7
17	Porque fico incomodado quando não o faço	1	2	3	4	5	6	7
18	Porque posso aprender coisas úteis para outras áreas da minha vida	1	2	3	4	5	6	7
19	Pela satisfação que sinto quando estou a aprender novos exercícios/ desportos	1	2	3	4	5	6	7
20	Mas não percebo o objetivo de fazer EF	1	2	3	4	5	6	7